

LUN - MERC - VEN			MART - GIOV			SABATO		
6 - 22:30	SALA PESI		6 - 22:30	SALA PESI		8 - 14	SALA PESI	
7:00	Fast Evo Fit (NICO)	C	7:00	Fast Evo Fit (NICO)	C			
8:30	Ginn. Post. (FABRI)	A						
9:30	Total Body (ANTO)	B	9:30	Fusion Pilates (ELEONORA)	A			
10:00	Wo / Man Fit (NICO)	C						
10:30	Ginn. Post. (FABRI)	A				10:30	Kick + tecn. (CHICCO)	A+B
13:30	Functional (FEDE)	C						
14:00	Power Pump (FABRI)	A+B	14:00	Ginn. Post. (FABRI)	A			
17:00	Yoga *	B	17:00	Kick (CHICCO)	A	Chicco Spanu	Kick Boxing	
	Hiit (FEDE)	C				Fabrizio Montisci	Ginnastica Posturale Gag Power Pump	
17:10	Ginn. Post. (FABRI)	A		Salsa,Bachata * BAMBINI dai 7 anni (Alex)	B	Antonello Pili	Total Body Tabata	
18:00	Functional (FEDE)	C	18:00	Functional (FEDE)	C	Nicola Cogoni	Fast Evo Fit Wo \ Man Fit	
18:30	Power Pump (FABRI)	A+B	18:15	Kick + tecn. (CHICCO)	A	Federico Rubio Bonnet	Functional Hiit	
19:30	Ginn. Post. (FABRI)	A	18:30	Gag (FABRI)	B	Mousse	Full Body	
	Tabata (ANTO)	B	19:30	Salsa,Bachata * (Alex)	B	Alex Lampis	Salsa,Bachata	
	Functional (FEDE)	C				Valeria Denisova	Yoga	
20:30	Salsa,Bachata,Merengue * (Alex)	A	20:00	Kick + tecn. (CHICCO)	A	Eleonora Solla	Fusion Pilates	
	Tabata (ANTO)	B	20:45	Salsa,Bachata * (Alex)	B			
21:30	Salsa,Bachata,Merengue * 2° LIVELLO (Alex)	A	21:30	Salsa,Bachata * 2° LIVELLO (Alex)	A			

* CORSI EXTRAOPEN

I corsi contrassegnati saranno frequentabili tramite singoli abbonamenti o " OPEN PLUS"

